Asociatia “HandHope”
Str. Baltaretu nr. 565
147240 - Peretu
jud. Teleorman

Gândește-te la ceea ce ai,
nu la ceea ce ai pierdut”

ÎMPREUNĂ

revistă specială de informare și inspirație
pentru oameni speciali
Iulie - August 2022
Se distribuie gratuit
Nr. 233 - 234

„Doamne (...) la
cine să ne
ducem? Tu ai...”
(Ioan 6: 68)

Editorial

Cea de-a cincisprezecea sesiune a Conferinței statelor părți la Convenția privind drepturile persoanelor cu dizabilități

Lavinia Elena Niculicea

Cea de-a cincisprezecea sesiune a Conferinței statelor părți la Convenția privind drepturile persoanelor cu dizibilități (COSP 15) a avut loc la sediul ONU, New York, în perioada 14-16 iunie, 2022. COSP 15 s-a desfășurat în acest an în format fizic și a avut ca temă: „Construirea unor societăți participative și incluzive pentru persoanele cu dizabilități în contextul COVID și nu numai”.

Convenția privind drepturile persoanelor cu dizabilități (CRPD) este un tratat adoptat de Adunarea Generală a Organizației Națiunilor Unite (ONU), prin Rezoluția sa 61/106 din 13 decembrie 2006. Ea a intrat în vigoare la 3 mai, 2008, la cea de-a 20-a ratificare.

continuare în pag. 2

DIN CUPRINS:

Simona-Luci Dumitru - pag. 3
Ancorat în speranță în mijlocul haosului - pag. 4
Perlele lui Jenny - pag. 6
E bine să știm - pag. 7
Un mod de viață: As. „Ridică-te și umblă” - pag. 9
Litere de lege - pag.15
Vreau să o salvez pe Lyana - pag.16
Indiferent ce spun alții - pag.19

continuare din pag. 1

Ea a intrat în vigoare la 3 mai, 2008, la cea de-a 20-a ratificare. Articolul 40 al Convenției stipulează că *„Statele părți se vor întruni periodic în cadrul unei conferințe a statelor părți pentru a analiza orice problemă referitoare la implementarea prezentei Convenții”*. Din 2008, la sediul Națiunilor Unite, New York, au avut loc 14 sesiuni ale Conferinței statelor părți, potrivit site-ului https://www.un.org/.

CRPD reprezintă nu doar un pilon important spre o societate incluzivă, ci și un angajament puternic față de toate persoanele cu dizabilități în promovarea unei vieți independente.

În cadrul conferinței, s-au dezbătut problemele cele mai importante cu care se confruntă persoanele cu dizabilități. Au avut loc trei mese rotunde. Prima a fost pe tema antreprenoriatului și a modului în care persoanele cu dizabilități pot să obțină o viață independentă, lucrând și implicându-se direct pe piața muncii. A doua masă rotundă a fost pe tema tehnologiilor asistive și a faptului că acestea pot ajuta la o integrare mai bună a persoanelor cu dizabilități în societate, iar a treia masă rotundă s-a referit la participarea persoanelor cu dizabilități la acțiunile climatice, reducerea riscului de dezastre și reziliența împotriva dezastrelor naturale.

În deschiderea conferinței, Secretarul General al ONU, Antonio Guterres, a salutat progresul realizat de Convenție ca fiind „amplu, rapid și tangibil”.

„Această a 15-a sesiune a Conferinței statelor părți la Convenția privind drepturile persoanelor cu dizabilități este un moment important de reflecție și bilanț. Cu 185 de ratificări de la adoptarea sa în 2006, Convenția a cristalizat angajamentul comunității internaționale de a realiza o lume incluzivă, accesibilă și durabilă pentru toți”, a declarat Antonio Guterres,

El a subliniat că *„92% dintre statele părți au adoptat legislații naționale privind persoanele cu dizabilități, inclusiv dispoziții privind accesibilitatea. Peste 60% au luat măsuri pentru a interzice discriminarea persoanelor cu dizabilități pe piața muncii. Aproximativ 90% au adoptat legi care protejează drepturile copiilor cu dizabilități la educație, iar procentul țărilor cu materiale didactice care susțin incluziunea elevilor cu dizabilități s-a dublat”*.

Șeful ONU a afirmat că, din păcate, progresul a fost anulat de pandemia de COVID-19, care a scos la iveală inegalitățile existente și a dat naștere la noi amenințări.

„Chiar și înainte de pandemie, persoanele cu dizabilități aveau mai puține șanse să se bucure de acces la educație, asistență medicală și mijloace de trai – și mai probabil să trăiască în sărăcie și să experimenteze rate mai mari de violență, neglijare și abuz. Când COVID-19 a lovit comunitățile, persoanele cu dizabilități au fost printre cele mai grav afectate. Acest lucru este valabil și pentru alte crize. În conflictele armate, persoanele cu dizabilități sunt adesea incapabile să fugă din calea violenței și nu primesc sprijin umanitar adecvat.

Convenția privind drepturile persoanelor cu dizabilități, precum și Rezoluția 2475 a Consiliului de Securitate solicită statelor membre să asigure protecție egală persoanelor cu dizabilități și să le ofere acces în siguranță, în timp util și nestingherit la asistență umanitară. Îndemn toate statele membre să îndeplinească aceste obligații”, a spus Antonio Guterres.

În continuare, seful ONU a vorbit despre necesitatea unei cooperări mai ample între guverne, organizații internaționale, societatea civilă și sectorul privat.

„Dar piatra de temelie… trebuie să fie participarea activă a persoanelor cu dizabilități în întreaga lor diversitate și includerea lor deplină în toate procesele de luare a deciziilor. Avem nevoie de conducerea persoanelor cu dizabilități, în special a femeilor, și a organizațiilor lor reprezentative”, a declarat Antonio Guterres.

El a adăugat că acțiunea trebuie să fie ghidată de „apelul clar și vital” al persoanelor cu dizabilități: „Nimic despre noi, fără noi”.

„Împreună, avem instrumentele necesare pentru a aborda cauzele fundamentale ale marginalizării sistemice a persoanelor cu dizabilități în fiecare colț al lumii. Împreună, ne putem asigura că fiecare persoană, indiferent de circumstanța în care se află, poate participa pe deplin la fiecare aspect al vieții – social, economic, cultural și politic. Împreună, putem – și vom face – să promovăm viitorul nostru comun”, a concluzionat șeful ONU.

Prezentă la conferință, doamna Adela Crăciun, vicepreședinte al Autorității Naționale pentru Protecția Drepturilor Persoanelor cu Dizabilități, a precizat că *„tehnologia asistivă, antreprenoriatul social sau creșterea accesibilității reprezintă linii de forță în angajamentele noastre internaționale și totodată priorități în agenda de lucru a ANPDPD.”*

„Pe scurt, misiunea noastră este puternic ancorată în toate valorile, principiile și asumările internaționale din domeniul drepturilor persoanelor cu dizabilități, fapt ce dă naștere unor sinergii puternice între toți actorii internaționali și naționali implicați în dezvoltarea politicilor sociale din domeniul dizabilității”, a explicat ea.

Eurodeputatul Dragoș Pâslaru, care a condus delegația Parlamentului European la ONU, a luat cuvântul în cadrul evenimentului organizat de Uniunea Europeană, punând accent pe „acces, oportunitate și integrare”.

„Avem peste 860.000 de persoane cu dizabilități în România. Multe dintre ele se află în vulnera-

continuare în pag. 19

Simona-Luci Dumitru

Dizabilitatea m-a ajutat să-mi descopăr abilități noi

Lavinia Elena Niculicea

Simona-Luci Dumitru are 53 de ani, trăiește în Hunedoara și este de profesie asistent medical. Chiar dacă se află într-un scaun rulant de peste 20 de ani, ea se încăpățânează să demonstreze că atunci când te înarmezi cu voință și perseverență, nu există „Nu se poate!". În prezent, Simona este studentă la Facultatea de Inginerie Hunedoara, cursuri la zi, specializare Ingineria Valorificării Deșeurilor. În plus, ea este câștigătoarea primului concurs de gătit pentru persoane cu dizabilități, Step Chef Atipic.

Simona spune că dizabilitatea neuromotorie, dobândită acum 23 de ani, în urma unui incident de violență domestică, a ajutat-o să-și descopere noi abilități și pasiuni și să-și împlinească unele visuri.

„Primul an a fost cel mai greu, pentru că a fost perioada în care am negat, apoi am acceptat ceea ce s-a întâmplat cu mine și de abia după aceea am început să mă adaptez la noua condiție de viață. Nu suntem conștienți de cât de adaptabili putem fi până nu suntem puși într-o astfel de situație. A fost un drum lung, pot spune că am trăit două vieți într-una, fiecare cu bucuriile și tristețile ei. Dizabilitatea m-a ajutat să-mi descopăr abilități noi, să descopăr handmade-ul, iar în ultimul an să mă dedic studiului ingineriei valorificării deșeurilor", a explicat Simona.

Simona povestește că experiența de studentă la vârsta de 50 de ani este extraordinară, însă nu lipsită de provocări. Ea consideră că, datorită empatiei și eforturilor din partea personalului didactic și ale colegilor, a reușit să aibă acces la cursuri.

„Tot corpul profesoral, personalul auxiliar au depus eforturi de a mă integra, de a face posibilă participarea mea la cursuri, orarul fiind adaptat pentru ca efectuarea majorității cursurilor să fie în săli accesibile și mie. S-au comandat baterii pentru elevatorul cu care să pot urca și coborî scările, dar până la rezolvarea problemelor tehnice personalul auxiliar m-a ajutat, trăgându-mă cu chingi de tractare. Colegii de grupă au fost și sunt foarte deschiși, empatici, și împreună suntem „gasca de la IVD1". Din punctul meu de vedere, alegerea de a studia și de a evolua a fost și este una dintre alegerile bune din viața mea", spune Simona.

Întrebată cât de greu este pentru o persoană cu dizabilități să aibă acces la un loc de muncă în societatea noastră, Simona a răspuns: *„Accesul la un loc de muncă în societatea noastră pentru o persoană cu dizabilități este în mare procent dificil și dependent de resursele financiare ale firmei/instituției și, în mare parte, de dorința de a-i integra pe cei cu dizabilități. Cred că cel mai concludent răspuns este procentul național de angajați cu dizabilități".*

Simona consideră că societatea noastră joacă un rol important în ceea ce privește integrarea persoanelor cu dizabilități pe piața muncii și a egalității de șanse.

„Până ce societatea noastră nu va înțelege că de ea depinde integrarea socio-profesională a persoanelor cu dizabilități nu vor fi mari schimbări. Vom auzi povești frumoase despre integrare, nediscriminare și egalitate de șanse, din păcate neancorate în realitate, în mare parte", adaugă ea.

Indiferent de minusurile societății și de provocările vieții, Simona încearcă să-și transforme dizbilitatea în abilitate și să găsească lucruri noi și diverse, care să-i procure bucurie. Unul dintre ele este gătitul. De la o vârstă fragedă, a descoperit că îi place să gătească, iar acest lucru a reprezentat o „evadare" în momentele de singurătate.

„Primele încercări de a găti au fost pe la 6-7 ani. Îmi amintesc că am încercat o rețetă simplă auzită la radio. Bunicile mele au avut un rol important în a mă atrage spre patiserit și faptul că îmi plac foarte mult prăjiturile. În timp, am fost atrasă și de gătit. Faptul că în primii ani de dizabilitate a fost foarte greu să ies din casă m-a făcut să găsesc o evadare, și anume – călătoria culinară. Internetul, familia și prietenii mi-au fost de mare ajutor, și astfel am gătit/testat rețete din multe colțuri ale lumii. Am studiat tehnici de gătit, am descoperit gusturi noi și diversitatea lor", a mărturisit Simona.

Pasiunea pentru gătit și dorința de a-i inspira pe ceilalți prin exemplul propriu și de a schimba mentalități au determinat-o să intre în competiția Step Chef Atipic.

„Despre competiția Step Chef Atipic am aflat de la Daniela Tontsch, președinta Consiliului Național al Dizabilității din România. Într-o discuție de-a noastră m-a întrebat dacă gătesc și dacă aș participa la un concurs dedicat persoanelor cu dizabilități. Am fost foarte încântată de idee și cred în continuare că este extraordinar de fain să încerci această experiență. Recunosc că primul gând a fost să particip pentru a încuraja și a da speranță persoanelor ca mine. M-am gândit că dacă dau exemplu de „hai că se poate" le va fi mai ușor să încerce să își depășească limitele. Apoi, m-am gândit că această competiție poate ajuta la schimbarea mentalității

continuare în pag. 17

„Biblia rămâne cea mai citită carte. Tu ai citit-o?”

Ancorat în speranță în mijlocul haosului

Carmen Lăiu

Să rămâi ancorat în speranță poate fi cea mai dificilă alegere pe care o ai de făcut în mijlocul unor experiențe răvășitoare, care subțiază răspunsurile, exilează protagoniștii într-o zonă a interogației și redesenează contururile credinței. Așa cum a fost cazul masacrului de la Bucea.

Cum ar trebui să te rogi cu o femeie care a fost violată o săptămână de un soldat rus, care, în ziua retragerii trupelor spre est, i-a făcut un ultim „cadou”, împușcându-i mama bolnavă? E una din întrebările pe care teologul Roman Soloviy le formulează într-un eseu pe care îl scrie, după propria-i mărturisire, printre lacrimi, cu mâinile tremurânde. O întrebare la care spune că nu are răspuns, măcar că în urmă cu doar câteva săptămâni i se părea că deține răspunsurile la multe dintre complicatele dileme pe care ni le livrează suferința umană.

Dincolo de răspunsuri prefabricate

Director al Institutului Est-European de Teologie și fost rector al Seminarului Teologic din Lviv, Roman Soloviy reflectează asupra atrocităților comise asupra civililor din Bucea, mărturisind că a citit cu stupoare și oarecare neîncredere primele relatări despre violuri, tortură și executarea locuitorilor.

Cum să te rogi pentru un băieţel de 6 ani care a fost martor la violarea repetată a mamei lui?

Eseul lui Soloviy nu ajunge la nicio concluzie, nu încearcă să reconcilieze dramele trăite de ucraineni cu o viziune biblică asupra răului, ci rostogolește un ghem dureros de interogații zămislit după acest spectacol al răului, orchestrat cu o violență care ucide până și cuvintele.

Ce să le spui familiilor care își plâng morții aruncați în gropi comune, după ce mai întâi au fost atât de torturați încât nu le mai pot distinge trăsăturile atât de dragi? Cum să alini femeia al cărei soț a fugit după ajutor în timp ce ea intra în travaliu, doar ca să fie secerat de gloanțe în fața casei?

Sunt întrebări la care teologul nu răspunde și nici nu pretinde c-ar ști să o facă. Soloviy admite că doar cu o lună și jumătate în urmă ar fi putut predica despre iertarea dușmanilor și despre victimele violenței, dar acum tot ce poate face e să plângă. Și să înțeleagă într-un mod profund cum a fost posibil ca unii dintre supraviețuitorii foarte cunoscuți ai Holocaustului să-și fi pierdut orice sens și dorința de a trăi, recurgând la sinucidere după ce primiseră o a doua șansă la viață.

Trebuie să fi experimentat atât de multă violență, scrie teologul, încât au ajuns într-un „abis al răului” în care s-au văzut despuiați de resursele necesare pentru a se întoarce înapoi, la viața lor obișnuită.

De la moarte la înviere, de la deznădejde la speranță

Poporul ucrainean învață cum să lupte, dar și cum să plângă „răul de dincolo de înțelegere”, spune preotul greco-catolic Taras Baitsar, subliniind modul în care creștinii redescoperă cărțile pline de profunzime ale Scripturii, precum Psalmii sau Plângerile lui Ieremia, aducându-și lacrimile înaintea lui Dumnezeu și așteptându-L în aceeași manieră în care au făcut-o și personajele veterotestamentare.

După ce a petrecut 17 zile în subsolul unei clădiri din orașul Hostomel, preotul ortodox Andrii Dudcenko spune că tentativele de a explica atrocitățile suferite de conaționali sună la fel de superficial ca discursul prietenilor lui Iov. Deși Iov n-a primit vreo clarificare cu privire la motivele sau scopul tragediei care l-a lovit, Dumnezeu Însuși i s-a descoperit în final. Iar bucuria acestei întâlniri a trecut dincolo de orice așteptare, câtă vreme a reușit să stingă până și foamea acerbă după o explicație rezonabilă a ceea ce (i) s-a întâmplat.

Într-o postare pe pagina Facebook a Seminarului Teologic din Kiev, Alyona Tkach, șefa departamentului de comunicare al instituției, plasează ororile războiului în arcul speranței oferite de moartea și învierea lui Iisus. Pentru ucenici, ceea ce s-a petrecut la cruce a fost materializarea celui mai negru scenariu pe care și l-ar fi putut imagina.

Totuși, ceea ce părea a fi sfârșitul s-a dovedit abia începutul, căci prin moartea lui Iisus a fost deschisă poarta celor mai bune vești din istoria lumii noastre. Chiar dacă zorii nu se mai văd, chiar

continuare în pag. 5

continuare din pag. 4

dacă pare că nu mai există salvare, pentru că Iisus a înviat va răsări, în cele din urmă, lumina și pentru poporul ucrainean, crede Tkach. Și nu doar pentru el, putem adăuga.

Ancorat în speranță și atunci când lumea se prăbușește

Traversăm o perioadă deosebit de grea pentru omenire, scrie Natasha Young într-un articol publicat în Christian Today, inventariind o serie de crize în desfășurare la nivel regional sau global și evidențiind potențialul acestora de a ne destabiliza, mai ales atunci când acestea se juxtapun peste problemele și dramele individuale.

Cel care i S-a descoperit lui Moise cu numele „Eu sunt" este unica ancoră sigură de care ne putem prinde în mijlocul valurilor.

Încercând să explice ce presupune ancorarea în Dumnezeu, Young observă un adevăr, acela că nu ni se garantează că vom fi protejați de orice necaz sau tragedie doar pentru că avem credință în El, dar că încrederea noastră joacă rolul unei fundații care ne susține chiar și atunci când lumea pare să se prăbușească.

A fi ancorat în speranță înseamnă să știi că ai pe Cineva mai mare decât orice problemă cu care te confrunți sau care te înspăimântă, că ești dăltuit în palmele Lui (Isaia 49:16), că ultimul cuvânt despre ceea ce se va întâmpla cu tine Îi aparține Lui, concluzionează autoarea.

A fi ancorat în Dumnezeu poate însemna să nu-ți pierzi speranța revederii celor dragi nici chiar atunci când șansele reunirii familiei se spulberă sub salvele tunurilor – o lecție pe care jurnalista Sari Savela a descoperit-o citind scrisorile pe care bunicul ei le trimitea soției lui, de pe front. Tânărul finlandez, care avea să fie ucis în primele etape ale războiului ruso-finlandez, îi scria alesei sale în 1939: „Inamicul poate, în cel mai rău caz, să ne piardă viața, dar nu sufletul, așa că revederea noastră rămâne încă posibilă."

Una dintre imaginile cele mai vii ale agățării de speranță chiar în vremuri în care totul pare pierdut este cea a credincioșilor ucraineni îngenuncheați în zăpadă, în mici grupe de rugăciune.

Fotografia a circulat în primele ore și zile ale invadării Ucrainei, iar mulți dintre noi am presupus că era una recentă, poate chiar din ziua invaziei. În realitate, fotografia a fost publicată pentru prima oară de misionara Nicole Leigh într-un articol scris în 2019, după ce a participat la una din întâlnirile de rugăciune din Piața Libertății din Harkov.

După zecile de ani de persecuție religioasă suferită în comunism și după un răgaz de peste două decenii de libertate, în urma destrămării URSS, oamenii din Harkov au văzut tancurile rusești intrând din nou în oraș în 2014.

Convinși că un război se câștigă pe genunchi, liderii creștini au chemat la rugăciune pe toți cei care doreau să mijlocească pentru libertatea religioasă greu recâștigată – în fiecare dimineață, la ora 7, indiferent de vreme, în Piața Libertății din Harkov. Cinci ani mai târziu, în 2019, oamenii încă se adunau diminețile să se închine împreună, îngenunchind pe pământul înghețat chiar și la temperaturi de minus 20 de grade Celsius, povestește Leigh.

Harkov e unul dintre orașele care apar zilnic în știrile despre războiul din Ucraina, dar dincolo de ce se întâmplă acum cu orașul, el va rămâne, cel puțin în rapoartele pe care nu le poate atinge pana sau radiera umană, locul în care creștini de diferite confesiuni au ales să lupte pe genunchii unei credințe vii.

Vorbind despre interesul unora dintre refugiații ucraineni de a primi și de a citi (uneori pentru prima dată Biblia), Dirk Smith, vicepreședinte al Misiunii Est-Europene, vorbește despre oportunitatea pe care o avem în vremuri de incertitudine de a-i ancora pe alții în speranța oferită de Cuvânt – nu pentru că am ști noi înșine ce se va întâmpla în viitorul apropiat, ci pentru că suntem siguri de lucrurile care ni se pregătesc de cealaltă parte a eternității.

Speranță și iertare dincolo de înțelegerea umană

Iisus este singura noastră speranță – acesta este crezul unui om care și-a păstrat credința în circumstanțe care împing oamenii spre deznădejde, necredință și ură. Marcel Uwineza, student doctorand în teologie la Boston College, și-a pierdut frații și surorile în genocidul din Rwanda.

În ciuda ororilor la care a fost martor, crede că trebuie să căutăm, în orice hău al răului, germenii speranței. Speranța că Dumnezeu va face într-o zi dreptate și va pune ordine în haos, speranța că putem alege întotdeauna că fim agenți ai schimbării.

Recunoscând că uneori este îngrozit de suferința, nedreptatea și violența care există în lume, cunoscutul autor creștin J. R. R. Tolkien punctă faptul că, deși răul lucrează continuu, eficient și cu multă forță, toate aceste aparente victorii sunt

continuare în pag. 12

Perlele lui Jenny

Jenny era o fetiță frumoasă de 5 ani, cu ochi strălucitori. Într-o zi, în timp ce era într-un magazin cu mama ei, a văzut un colier de perle false care costa 2,5 dolari. Cât de mult şi-l dorea! A întrebat-o pe mama ei dacă îl cumpără şi ea i-a răspuns: "Facem o înțelegere, eu îți cumpăr colierul şi când ajungem acasă, facem o lista cu lucruri, pe care le-ai putea face tu, ca să-l poti plăti, bine?". Jenny a fost de acord, iar mama i-a cumpărat colierul.

Jenny se străduia în fiecare zi să facă toate treburile pentru a putea plăti si în scurt timp şi-a plătit datoria. Îşi iubea perlele! Le purta pretutindeni: la grădiniță, când dormea şi când ieşea cu mama ei.

Jenny avea un tată care o iubea foarte mult. Când mergea la culcare, el se ridica din fotoliul său favorit ca să-i citească povestea preferată. Într-o noapte, după ce i-a citit povestea, i-a zis:

"Jenny, tu mă iubeşti?" "Oh, da, tată!". "Atunci dăruieşte-mi mie perlele tale", i-a cerut el. "Oh, tată, nu perlele!" -zise ea. "Dar ți-o dau pe Rosita, păpuşa mea preferată. Mai ştii care? Mi-ai făcut-o cadou anul trecut de ziua mea. Ți-o dau cu lucruşoarele ei cu tot. E bine tată?" "Oh, nu, draga mea, lasă, nu contează!" şi sărutând-o pe obraji, îi zise "Noapte bună!".

O săptămână mai târziu, tatăl o întreabă din nou, după ce îi citeşte povestea: "Jenny, mă iubeşti?". "Oh, da tată! Stii doar cât de mult te iubesc!" "Atunci dă-mi mie perlele tale". "Oh, tată, nu perlele! Ți-l dau pe Lazos, calul meu de jucărie. Este preferatul meu, părul lui e atât de moale şi poti să te joci cu el, făcându-i codite". "Oh, nu, fetițo, lasă!" i-a răspuns, şoptindu-i apoi la ureche: "Somn uşor!"

După câteva zile, când tatăl intră în dormitor să-i citească povestea. Jenny care-l aştepta cuminte, îi întinse mâna şi cu tremur în glas îi zise: "Poftim, tată drag!". A deschis palma şi în ea se afla mult doritul colier.

Tatal, a luat cu o mână colierul de plastic din palma fiicei sale, iar cu cealaltă a scos din buzunar o cutiuță de catifea albastră. În ea se aflau superbe perle adevărate. Le păstrase acolo, aşteptând ca Jenny să renunțe la acel lucru ieftin ca să-i poata oferi unul de valoare!

Aşa e şi cu Tatăl nostru ceresc!.. Aşteaptă ca noi să renunțăm la lucrurile fără valoare din viața noastră, pentru ca să ne dea comori neprețuite… Nu e bun Dumnezeu?

Asta mă face să mă gândesc la lucrurile de care mă agăț şi la care nu-mi vine să renunț şi mă întreb: oare ce vrea Dumnezeu să-mi ofere în locul lor?

-sfârşit-

Mica enciclopedie de sănătate
E bine să știm

Cumpătarea, un antidot pentru multe boli

-prima parte-

Articol prelucrat de **Mârzac Diana - Maria**
Asistent Director Fundaţia Alinare

Săptămâna aceasta am discutat cu o cunoștință despre fratele dânsei, care la 31 de ani a decedat, motivul fiind obezitate, infarct. Acesta nu avea cunoștință despre bolile de care suferea.

De multe ori ducem după noi boli despre care nu suntem conștienți, și când survine un colaps ne întrebăm de unde a apărut? De ce mi se întâmplă tocmai mie?

Aceste întrebări pe cât de justificate ar putea fi, pe atât de păguboase, întrucât ne determină să căpătăm o atitudine de victimă și de neputință.

Ce am putea face când ne confruntăm cu astfel de întrebări și gânduri? Să le redirecționăm către un nou traseu, întocmai unui GPS care și-a pierdut semnalul, să reconfigurăm traseul.

Cauzele bolilor așa cum spun specialiștii, pot fi de trei tipuri: genetice, anomalii sau dobândite.

Despre bolile genetice, cunoaștem că de la momentul conceperii până la ieșirea de sub protecția placentei mamei, organismul copilului este încărcat cu o anumită informație genetică. Aceasta predispune noul organism la anumite sensibilități. De aceea specialiștii atrag atenția ca părinții să aibă grijă la propria sănătate în momentul în care sunt hotărâți să aducă pe lume un nou membru. Și de aceea este foarte important ca dacă ne cunoaștem genealogia (cine au fost bunicii, unchi, mătuși), să observăm unde am putea fi sensibili (dacă există predispoziție spre diferite boli), astfel încât să le putem preveni, pentru că se poate (!), dacă suntem consecvenți. Cum le putem preveni? Prin eliminarea acelor obiceiuri care favorizează acele boli.

Cu privire la bolile-anomalii, acestea apar fie înainte de neștere, fie după, fie pe parcursul vieții, nu au o cauză cunoscută sau este prea puțin identificabilă (nu țin de noi). Poate fi mediul (de exemplu o persoană care trăiește într-un oraș poluat poate dezvolta astm bronșic, sau probleme de auz, etc) – chiar și pe acesta îl putem schimba într-o anumită măsură. Dar pot fi și alte cauze pe care nu le putem schimba, ci trebuie să trăim cu ele. Aici ideea general valabilă este aceea de a găsi resursele necesare pentru a continua viața „cu o singură vâslă". Este greu, însă nu imposibil. Ceea ce este imposibil, nici măcar nu se naște. Atâta timp cât avem viață, suntem făcuți să funcționăm, fiecare cu micile sau marile noastre „anomalii".

Cu privire la bolile dobândite, nu mai putem da vina pe nimeni și nimic cu privire la ele. Ele în general apar în urma neglijării manualului de funcționare al organismului uman.

Nu este greu de ghicit care dintre cele trei categorii are ponderea cea mai mare de răspândire!

Bolile dobândite, cel puțin în secolul nostru, nu se mai referă nici la cauze precum: mâini nespălate, mediu infect, sau hrană de proastă calitate (în general vorbind).

Secolul nostru este unul al igienei, al informațiilor de top din domeniul medical. Și totuși încă există boli dobândite. Oare de ce?

Există mai multe cauze și dintre cele pe care le știm , vom zăbovi asupra a trei:

continuare în pag. 8

continuare din pag. 7

1. Lipsa de cumpătare

Majoritatea canalelor de televiziune, internet și panouri publicitare, acordă o pondere ridicată pentru reclame ce se referă la "ce să mănânci...?". Aceste reclame să nu credeți că sunt create la întâmplare, ci au în spatele lor o cercetare de piață, o strategie de "agățare" psihologică a privitorului, astfel încât acestuia să i se declanșeze glandele salivare, implicit dorința de consum, țintind stimularea apetitului fără rațiune. De aici se nasc o mulțime de expresii "mănânc ce îmi place", "ce bine arată", "nu pot să trăiesc fără ....". Eu una nu am văzut încă pe nimeni murind pentru că nu și-a împlinit pofta în acel moment de a mânca x lucru. În schimb cunosc o mulțime de persoane care au de suferit din cauză că își dau frâu liber poftei, și își împlinesc dorințele fără a recurge la rațiune și fără a se gândi la consecințe.

Un obicei din ce în ce mai întâlnit și nesănătos este a mânca în fața televizorului, al telefonului. La acesta se adaugă și lipsa de mișcare. Nu ne dăm seama de impactul psihicului asupra obiceiurilor noastre! Odată format este greu de dezvățat.

De multe ori consumăm mai multă hrană decât are organismul nostru nevoie, iar această hrană se transformă în depozite de grăsime și se depune pe ficat, pe inimă, pe stomac, oriunde găsește loc. Imaginați-vă ca aveți o casă în care aduceți în fiecare zi lucruri pe care ar trebui să le aranjați, însă din păcate, de unele dintre ele nu aveți nevoie. Le luați totuși și le așezați într-o cămară. Curând cămara devine neîncăpătoare și recurgeți la ale așeza acolo unde mai este spațiu.

Burta este locul unde se concentrează cea mai mare parte a grăsimii, pentru că este cel mai rapid loc de depozitare, însă este și cel mai dificil loc de curățat de grăsime.

Ca urmare, să ne concentrăm pe ce putem face pentru a preîntâmpina boli precum obezitate, infarct, diabet, etc?

Câteva sfaturi importante, necesare și utile:

- ***Gândește înainte de a mânca***. Interesează-te, învață despre alimentele pe care le consumi, compară-le și hotărăște-te să le consumi pe cele care sunt mai benefice

- ***Stabilește-ți mese și porții fixe***. Mâncatul dezordonat încurajează depunerile, slăbește organismul, căruia nu îi lasă timp de refacere (dacă mesele sunt prea dese sau încărcate). Cultura asiatică a dezvoltat conceptul de hrană folosind boluri mici. Acestea ne ajută să condiționăm creierul a se mulțumi cu ceea ce este în farfurie. Este o luptă grea pentru unii, întrucât stomacul devine obișnuit să producă suc gastric în cantitate mai mare, însă cu rugăciune și determinare și un plan creat împreună cu un nutriționist, ne pot ajuta să aducem pe un drum corect dorințele noastre culinare. Mâncatul emoțional este la fel de dăunător. De aceea spunea Înțeleptul "mai bine un prânz de verdețuri și dragoste decât un bou îngrășat și ură."(Proverbe15,17) și în altă parte "mai bine o bucată de pâine uscată cu pace, decât o casă plină de cărnuri, cu ceartă" (Proverbe 17,1)

- ***Nu mânca în fața televizorului, telefonului, tabletei***. Acestea tind să preia atenția, rațiunea și mâncatul devine inconștient – nu știi când ai terminat o farfurie și ai ajuns la a... treia (exagerez, dar se întâmplă).

- ***Condiționează creierul să asculte***. Dacă vei mânca o cantitate mai mare de hrană, este imperios necesar să consumi energia în plus prin efort. Spune-ți „dacă mănânci în plus, va trebui să te miști dublu" sau „dacă vei renunța la dulciuri (care apropos se transformă în grăsime), îți voi da un fruct/legumă ce îți place". Creează-ți propriile reguli, astfel încât să te poți ține de ele. Nu mânca dulce mai mult de 1-2 ori pe săptămână de exemplu (eu sunt și mai drastică de atât cu mine, însă depinde de dorința fiecăruia de a înțelege că „nu tot ce zboară -sau arată bine- se mănâncă"). Tot Înțeleptul spune: „pune-ți un cuțit în gât, dacă ești prea lacom" (Proverbe 23,2). Cu referire bineînțeles nu la a-ți face rău singur, ci simbolic, la a-ți înfrâna dorințele.

-va urma-

...::: Un mod de viață: Asociația „Ridică-te și umblă” :::...

Activitățile verii: minitabere și tabăra națională

LUCIAN ALDEA - președinte
Asociația „Ridică-te și umblă”

Pentru membrii beneficiari ai Asociației Ridică-te și umblă, vara este cea mai așteptată parte a anului pentru că aceasta înseamnă mai multe activități în aer liber, ieșiri în natură, excursii, minitabere, tabere, ș.a.

Minitaberele „Ridică-te și umblă”

Centrul de activități „Ridică-te și umblă” din Sinaia este disponibil în perioada 20 iunie – 28 iulie 2022 cu un program de mini-tabere după conceptul inaugurat în 2021. Anul acesta s-au înscris grupuri din Constanța și Ploiești, care au sărbătorit 10 ani de la deschiderea activității. Cea mai tânără filială, Sibiul, a fost prezent cu un grup frumos. Satu Mare și Bucureștiul au completat celelalte serii. De asemenea, alte persoane din diferite colțuri ale țării s-au alăturat grupurilor menționate.

Centrul este aflat într-o zonă cu multă natură și departe de forfota orașului. De asemenea, există suficiente posibilități de parcare. Este un loc ideal pentru a petrece un timp plăcut în natură, la munte, cu familia și prietenii, existând și posibilitatea vizitării unora dintre obiectivele turistice pe care le oferă Valea Prahovei, precum: Castelul Peleș, Transbucegi – Piatra Arsă, Peștera Ialomiței, Lacul Bolboci, Cota 1400, telegondola Sinaia până la Cota 2000, Teleferic Padina, Platoul Padina, Casa George Enescu Bușteni, Mănăstirea Caraiman, Muzeul cinegetic Posada, ș.a.

Costul total pentru 3 nopți de cazare și 3 mese pe zi este de 260 lei, la care se mai adaugă o sumă modică pentru excursiile alese. Mulțumim lui Dumnezeu pentru sponsorii care ne ajută să menținem nivelul cheltuielilor la minim.

Cazarea se va face în șase camere cu 4-8 locuri. Pentru scaune rulante sunt disponibile până la 6 locuri. Centrul deține 4 grupuri sanitare la care accesul se face din hol.

Tabăra națională „Doar Împreună”

După doi ani de pauză se reia tabăra națională „Ridică-te și umblă”, în care numărul participanților se ridică la 170-200 de persoane. A 10-a ediție ce va purta numele „Doar Împreună” se va desfășura în loc. Săcuieu, jud. Cluj, la poalele Munților Apuseni, înconjurați de natură. Perioada este 28 august – 4 septembrie 2022, iar pentru a doua oară, gazda noastră excepțională va fi Pensiunea Sequoia – situată la aproximativ 15 kilometri de Huedin. Mai multe detalii se pot găsi pe site-ul pensiunii: http://www.pensiuneasequoia.ro/

-sfârșit-

AMICUS

Avem o țintă pusă pe-nălțime
Mai sus decât un gând spre efemer
I-am dăruit un nume sfânt și nobil
Cu rezonanțe ce se pierd în cer:
Uniți vom fi în gând și în menire
Să-nfiripăm prietenii prin El.

Avem un ideal de veșnicie
Menit să țină standardul înalt
Izbânda să rămână-n nemurire
Ca un ecou al vechiului asalt
Un ideal al celor ce lupta-vor
Sub semnul de „prieten devotat".

Avem speranța că odată-n ceruri
Mai fericiți vom fi când salutând
Iubiți și credincioși prieteni tineri,
Ce-au mers cu noi cântând sau suspinând
Urcat-au treptele spre steagul biruinței
Sub numele „AMICUS neînfricat"!

Mihaela Crăciun

IARTĂ-MĂ, DOAMNE!

Doamne mi-ai dat din suflarea Ta!
Gând curat din gândurile Tale,
M-ai scris în cartea Ta!
M-ai privit și mi-ai dat un nume.

Ai hotărât să vin pe lume,
Cât m-ai iubit, nu pot spune,
Trec prin viață mereu disperată,
Tu m-ai privit cu dragoste în față.

Aștept cu nerăbdare ziua revederii,
Mereu mă rog să-mi ierți multe obrăznicii,
Uneori, m-am îndepărtat de Tine,
Iartă-mă, Doamne, și fii mereu cu mine!

Cidem Narcis Brăslașu - Constanța
Din vol.
„Viața mea de ieri, de azi, de mâine..."

CUI E DOR?

Cui e dor de o lume bună
Să răspundă acum prezent
Cu spatele la minciună
Să stea cât mai indiferent.

Cui e dor de o vorbă bună
Să ofere altă în schimb
Ea potolește orice furtună
Strălucește ca un nimb.

Cui e dor de a primi iubire
Sincer să o dăruiască
E un pas spre fericire
Liniște o să găsească.

Cui e dor de a avea pace
Să-l caute pe Dumnezeu
Toate el le poate face
Fără el e tot mai greu.

Cui e dor de a avea credință
Să privească către cer
Dumnezeu dă biruință
Celui cu suflet stingher.

Vali Fencea
Ciutelec - Bihor

SIMPLĂ MEDITAȚIE

E-atata cer deasupra,
atâta liniște în el,
nici măcar cu o privire
nu îmbrățișăm
acest mister.

Pământul încă
ne mai ține,
păcatul este cel mai greu:
ne iartă, Doamne,
că tot zidim la întuneric
și rămânem orbi mereu.

Cuvinte goale folosim,
când am putea
din inimă să facem
o pâine dulce;
ne-ar ajunge să-mpărțim,
cu drag, din ea.

Cum să ne croim
un drum,
când ne-mpiedicăm
de-o piatră
ce se vrea zidită?

Noi lovim cu ea,
mergem mai departe,
pierdem viața-
încă neclădită...

Magdalena Dorina Suciu

TATĂ VREAU DOAR VOIA TA!

Când Isus mâncase cina,
În odaia cea de sus,
Atunci El a dat pe față,
Că Iuda era intrus!

Furios și plin de ură,
El în grabă a ieșit,
Să dea banii înapoi,
Celor care l-au plătit

Isus plin de întristare,
De această mișelie,
S-a rugat pentru ai Săi,
Tatălui din veșnicie!

A cerut ca să Îi dea,
Suferință mai ușoară,
Și să ierte omenirea,
Fără ca Isus să moară!

Dacă totuși nu se poate,
Tată vreau doar voia Ta,
Sufăr chinul cel de moarte,
Numai nu mă lepăda!

Tatăl suferea-mpreună,
Cu Fiu Isus Hristos,
Să plătească doar cu moartea
Pentru omul păcătos!

După moartea cea nedreaptă,
Isus Domnul a-nviat,
Și prin jerta Sa pe cruce,
Omul poate fi iertat! Amin!

Crețu Vasile
Botoșani

MÂNGÂIEREA TA

Cu lacrimile-n ochi și sufletul arzând
eu strig în rugăciune la Tine
și valuri de bucurii mă cuprind.
Știu Tu le trimiți la mine.

Simt cum pătrunde-n piept o adiere
o dulce împăcare...e sublim.
Este știut, de la Tine, e o fericire
Cu drag Ție mă închin.

Doar o simplă rugăciune, cum poate schimba
durerea ce-n mine am simțit
Cum m-a-nviorat din nou chemarea Ta,
când spre mine ai privit.

E-atât de minunat când Tu mângâi
Tu-mi ești mie Împărat.
Fiorul mă cuprinde, Te rog să rămâi
lângă mine ne-ncetat.

Nu am cuvinte să mărturisesc deslușit
interiorul meu cum e acum.
Dar este o mulțumire fără de sfârșit
este tot ce pot să spun.

Maricica Cristea
Din vol.
„Din valurile lumii"

Talentul... nu cunoaste handicap!

PORȚIE DE VIAȚĂ

Normal, că cel născut surghiunit
să nu accepte
fruntea să își plece
sub a țarului papuc!

Normal că pruncul nehrănit
să se revolte asupra sânului ce l-a născut!
și cere înapoi glia
și rodul furat de omul cel hâd!

Anormal e cu sânge să plătești
porția de viață pe care o meriți
și fratele, dușman să-ți iei
doar pentru o graniță pusă între ei!

Ana Maria Dămoc

TĂTUCULUI STALIN

Oroare ție Stalin. Preapătatul,
Născocitorul monstruosului Gulag!
Ucigător de cler și de biserici!
Și al Infernului fiu drag!

Dumitru Nicolae Albu
Craiova

CALUL TROIAN NU AȘTEAPTĂ CRIZA

Ignorat, cetățeanul HOMER s-a exilat, din
biblioteci, anticipat...
Calul Troian, comentarii:
-„Adio stipendii generoase din fonduri „discrete”,
adio pensie de merit, (pentru că se poate și merit).
Foarte înalt fiind, controlam și notam
(către cine mă plătea mai bine), tot ce observasem.
Excelentă șansă pentru tradiționalul șantaj...
De acum, of, ce umilință, chiar va trebui
- să muncesc!”-
(Sună mobilul)... După dialog, calul Troian, se
Scaldă într-o adevărată baie de euforie).
- Un distins coleg, V.I.P. SISIF, insistă să devin asociatul
său în investiții și alte afaceri, ocrotite de prieteni...
Dânsul a debutat modest, cărând
bolovani non stop... După un timp, CINEVA, a înțeles
că poate fi util și l-a propulsat și „acoperit,”
Atăzi este iată, un prosper om de
afaceri, (clișeul monoton al mass-media), apărat
desigur, de brațul legii „mângâiat”
- nu lovit –
Dacă dau lovitura, voi fi ca V.I.P. SISIF,
Studii? Competență? – un domn! -
La banii care vor urma,
pot avea diplome câte vreau, dacă vreau.
Astăzi, banul, decide, cine e
deștept, ori... ori...
Publicitate! P.S.: Calul Troian va reveni, -mereu-

Nicu Popcov
București

DOAMNE TE ROG

Doamne te rog
Spală-mă cu jertfa Ta
Să fiu alb ca zăpada
Pentru împărăția Ta.
Căci vreau Doamne
să Te-ascult
Iertare să-ți cer
oricând
Pentru a fi mereu
curat
Prin jertfa de la
Golgota. Amin.

Perciu Elena - Craiova
„Trandafirul smuls de lume
Răsădit de Dumnezeu”

SPERANȚA

Uneori așa-i în viață,
Prin ea să treci mai greu
De te-mpaci cu Dumnezeu,
Depărtezi ce este rău.

Alegi lupta – nu te lași înfrântă
Că din asta n-ai să mori.
Omul cu inima blândă
E ca o grădină cu flori.

Dar și pe câmp
Vezi florile de crin
Cât de frumos se-armonizează
Cu bolta cerului senin.

Și oricât de trist ai fi,
Când vezi că totul are viață
Începi o nouă zi
Și-ți spui: am totuși o speranță.

Speranța mea e mare
La Bunul Dumnezeu,
Eu Îi aduc adorare
El, să-mi dea din harul Său.

Mulțumesc lui Dumnezeu,
M-a scos din tot ce mi-a fost greu,
Câte zile voi avea,
Doamne, Tu să fii speranța mea.

de Magda Șuteu
din volumul: **Inspirații târzii**

COMPLIMENTUL

Astăzi, dis-de-dimineață, la o oră cam hazlie,
Supărată foc pe viață și pe-ntreaga galaxie,
Drăgălașa mea soție s-a sculat și s-a trezit
A făcut o gălăgie de-am autoînlemnit,
M-a privit în ochi și-n față până am îngălbenit
Și, c-o voce foarte creață, mi-a zis clar și lămurit:
-Dragul meu inegalabil, formidabil pân' la sfinți,
Dacă ții indubitabil la mustață și la dinți,
Până nu îmi ies din fire rapid, iute și urgent,
Fă-mi, te rog, plin de iubire, imediat, un compliment!
Uluit până-n măsele și profund nedumerit,
Eu, băiat cu mintea-n stele și isteț desăvârșit,
Am stat mult cu ochii-n soare și m-am supramultgândit,
După care, mândru tare, i-am zis sincer și cinstit:
-Apăi, fără ezitare, ce pot spune, draga mea?
Oi fi tu, cu-ndemânare, oarecum așa și-așa,
Dar, mai mult decât probabil, foarte limpede și clar,
Ai un soț ireproșabil, super-extraordinar!

Petrache Florian
Puchenii Mari - Prahova

continuare din pag. 5

în zadar, pentru că, în final, tot ce reușește este să pregătească terenul pentru ca binele să încolțească.

Speranța rezidă din coexistența cruzimii și lipsei de umanitate cu dragostea care șterge orice diferență etnică și plătește orice preț pentru credincioșie, scrie Uwineza, contrapunând exemplului preotului Athanase Seromba, care a participat la masacrarea miilor de credincioși adăpostiți în biserica sa, pe cel al elevilor de la o școală aflată chiar în apropierea bisericii – somați de miliția hutu să se separe în două grupuri, pentru ca membrii tribului tutsi să fie ușor de identificat, elevii au declarat că ei sunt rwandezi cu toții, mulți plătind cu viața curajul în atacul care a urmat.

Și nu în ultimul rând, punctează Uwineza, care l-a întâlnit și chiar l-a iertat pe ucigașul familiei sale, există speranță în mijlocul suferinței tocmai pentru că înțelegi mult mai limpede, zdrobit fiind, zdrobirea pe care a suferit-o Fiul lui Dumnezeu pentru tine.

În brațele unui Dumnezeu cu cicatrici

Unde este Dumnezeu? – această întrebare, care țâșnește din inima victimelor și a martorilor atrocităților care au loc în Ucraina, se află în miezul nevoii umane de a primi explicații, notează jurnalistul Michael Gerson. E o întrebare pe care și-o pun, foarte probabil, uighurii din China, milioanele de afgani care suferă de foame, familiile îndoliate din Darfur (vestul Sudanului), unde a avut loc primul genocid al secolului al XXI-lea și unde violența continuă și acum.

Nu vom primi răspunsurile așteptate, cel puțin nu pe toate și nu acum, dar creștinismul este unic pentru că „răspunde experienței durerii cu o altă experiență a durerii", scrie Gerson, analizând o parte dintre suferințele care L-au străpuns pe Iisus și care au culminat cu experiența indicibilă a despărțirii de Tatăl.

„Vă puteți imagina câtă disperare poate simți un afgan care se agață de avionul care decolează, ducând cu el ultima speranță de libertate și de viață?" întreabă Natasha Young, îndemnând la un exercițiu de compasiune și înțelegere.

Adevărul e că nu putem avea decât o imagine palidă a disperării cuiva care se cațără pe aripile unui avion, iar uneori nici măcar empatie – dovadă fiind discuțiile purtate din fotolii comode despre primitivismul acestor oameni, care nici măcar „nu realizează" că nu se poate ajunge în Statele Unite cățărați pe avion.

Ancorat în speranța vindecării

În timp ce privesc una dintre fotografiile cu refugiatele din Srebenica și văd jalea femeilor ai căror soți au fost masacrați de sârbi în iulie 1995 și chipul schimonosit de plâns al unui copil de 5-6 ani, știu că nu înțeleg decât o frântură din această explozie de durere.

Vă puteţi imagina câtă disperare poate simţi un afgan care se agaţă de avionul care decolează, ducând cu el ultima speranţă de libertate și de viaţă?

Citesc despre genocidul din Rwanda, și mintea mea refuză să-și imagineze scenele descrise de supraviețuitori – bebeluși zdrobiți de ziduri, copii și adulți aruncați în latrine, femei violate în fața familiei și comunității, femei infectate intenționat cu HIV.

E atâta suferință fără sens în lumea noastră, încât nu îți poți păstra speranța decât înțelegând, asemenea preotului ucrainean Petro Balog, că Iisus Hristos suferă chiar acum împreună cu cei care suferă: „Când vorbim despre Bucea, trebuie să spunem că Hristos a fost violat. Hristos a fost ucis. El a rămas fără casă, Lui I-au fost legate mâinile înainte de a fi împușcat".

„Când vorbim despre Bucea, trebuie să spunem că Hristos a fost violat. Hristos a fost ucis. El a rămas fără casă, Lui I-au fost legate mâinile înainte de a fi împușcat".

„Doamne, la cine să ne ducem?" au întrebat ucenicii retoric, iar într-o lume în care răul își pune în scenă ostentativ noi acte ale unei drame care se apropie de sfârșit, știm că nu avem un loc mai sigur în care să mergem decât la Dumnezeul care a suportat, pentru noi, tot ce răutatea umană a putut născoci și arunca asupra Lui.

Cicatricile Lui vor rămâne o mărturie a unei iubiri neînțelese, însă lacrimile noastre de ieri, de azi și de mâine vor fi șterse de El o dată pentru totdeauna.

Carmen Lăiu este redactor Semnele timpului și ST Network.

-sfârșit-

Sursa: https://semneletimpului.ro/analize/top/ancorat-in-speranta-in-mijlocul-haosului.html
Preluat cu permisiune

Fencea Valeria
Ciutelec - Bihor

Pelerin pe drumul vieții, pe parcursul întregii mele existențe alături de cei care cu luciditate sau nu, dar puternici, își duc crucea, zâmbesc printre lacrimi și atunci când spun nu mai pot. Iubesc anotimpurile calde și tot ce le îmbogățește și înfrumusețează. Mă bucur de mângâierea soarelui, de coloritul și aroma florilor și marea de verdeață. Mă asemui uneori cu un arbore ce-și înaltă podoaba spre cer. Îmi caut un punct de sprijin în prietenii sinceri și adevărați, dar în primul rând în Dumnezeu. Printre oameni te poți simți adesea singur dar DUMNEZEU și puterea divină te poate umple de liniște și pace. Tăcerea mă învăluie și acum dar gândul meu înalță o rugăciune și spun: Dumnezeu e cu mine. Sunt puternică oricând.

Paraschiv Ramona
Bacău

„Nimeni nu trebuie să spună că situația lui este fără speranță, că el nu poate să trăiască viața unui creştin. Prin moartea Domnului Hristos, s-au realizat posibilități ample pentru fiecare suflet. Isus este ajutorul nostru, totdeauna prezent în vreme de nevoie. Dacă Îl chemi cu credință, El a făgăduit că va asculta şi va răspunde cererilor tale." 5M 215.2

Trașă Ionel
Peretu – Teleorman

„Pentru tine Fiul lui Dumnezeu a consimțit să poarte această povară a vinovăției; pentru tine El a nimicit împărăția morții şi a deschis porțile Paradisului. El, care a liniştit valurile furioase şi a umblat pe crestele înspumate ale valurilor, care a făcut pe demoni să tremure şi boala să înceteze, El, care a deschis ochii orbilor şi care a chemat pe morți la viață, S-a oferit pe Sine ca jertfă pe cruce şi a făcut lucrul acesta din iubire pentru tine." HLL 755.1

Dinescu Emilia
Valea Stânii – Argeș

"REFUGIU SIGUR" -Psalm 107,13.14 -Ne aflăm într-o criză mondială; războaie, atacuri teroriste, şomaj, faliment al firmelor, băncilor, boli necruțătoare, la care nu se găsec leacuri, inundații, incendii, dezastre... Toate pun în pericol viața oamenilor! Pe bună dreptate ev. american Billy Graham a afirmat: "Lumea noastră e plină de teamă, ură, pofte, lăcomie, războaie şi disperare profundă!" În lumina acestei situații disperate nu e nevoie să se răspândească o atmosferă apocaliptică; ea vine de la sine. Oamenilor le e frică, sunt disperați, iar viitorul e nesigur. Acum E NEVOIE DE SPERANȚĂ, dar unde o găsim? Având în vedere această situație dramatică, ce se întețește în toată lumea, Dumnezeu are un mesaj pentru vremea noastră şi pentru fiecare în parte, ÎNDREPTÂNDU-NE PRIVIREA SPRE CEL CARE POATE SĂ NE IZBĂVEASCĂ DIN STRÂMTORARE!!! Repede, CÂT MAI REPEDE, să ne refugiem în brațele Mântuitorului.... "Hristos trebuie să-i fie descoperit omului păcătos ca fiind Mântuitorul care a murit pentru păcatele lumii. Când privim la Mielul lui Dumnezeu înălțat pe crucea Golgotei, taina mântuirii începe să se contureze în mintea noastră, iar bunătatea lui Dumnezeu ne conduce la pocăință. Prin moartea pentru cei păcătoşi, Domnul Hristos a manifestat o iubire care depăşeşte limitele înțelegerii noastre. Pe măsură ce păcătosul contemplă această dragoste, ea îi sensibilizează inima, îi impresionează mintea şi îi inspiră sufletului un regret sincer pentru păcatul săvârşit. Mă întreb (te întreb):" ce e păcatul? CINE SUNTEM NOI? MERITAM UN ASEMENEA SACRIFICIU, ca răscumpărare? Toată această dragoste, suferință, umilință a Mântuitorului, OARE ÎŞI GĂSEŞTE UTILITATEA, în ce priveşte raportarea noastră la actul suprem? VREM, SAU NU, VIAȚA VEŞNICĂ??? Timpul e foarte scurt; analizează-ți viața, şi hotărăşte-te! Alege-L pe Isus pentru veşnicie!!!

Andreescu Haralambie
Pucioasa – Maluri, Dâmbovița

***SINGURĂTATEA – Fapte Apost.23,11. ...Cu toate că pe pământ este o populație foarte mare, totuşi mulți oameni sunt singuri! Şi unii copii ai lui Dumnezeu trebuie să meargă prin viață singuri. Poate nu au fost căsătoriți sau Domnul a luat unul din partenerii de viață, la El. Când vin seara acasă, nu-i aşteaptă nimeni... dacă le merge rău, nu au cu cine împărți necazul... Dar, ESTE UNUL CARE A TRECUT PRIN CEA MAI MARE SINGURĂTATE! El a fost părăsit de Dumnezeu! Nici un om nu a trecut prin aşa momente –Domnul Isus Hristos a fost părăsit de Dumnezeu în cele trei ceasuri de întuneric...*

...A făcut asta pentru ca TOȚI CARE ÎŞI PUN ÎNCREDEREA ÎN EL SĂ NU MAI FIE SINGURI! Acum, El invită pe toți oamenii -ŞI PE CEI SINGURI- prin cuvintele: "VENIȚI LA MINE TOȚI..." ...Cine răspunde la această invitație va afla că ceea ce le-a spus Domnul Isus ucenicilor înainte de întoarcerea Sa la cer, spre încurajare, este o realitate! "EU NU VĂ VOI LĂSA ORFANI!" ...Te simți părăsit? Eşti singur? Nu uita: - FĂGĂDUINȚELE DOMNULUI SUNT VALABILE ŞI PENTRU TINE! Tu poți să aduci în fața Domnului, prin rugăciune, tot necazul tău... Poți începe chiar de acum...

Potropopu Ion
Comoara – Teleorman

... Să nu dai voie niciodată altora, să râdă de alegerile tale, înseamnă că nu valorezi nimic, în ochii acelor persoane! Eşti diferit, ca entitate... gândeşti diferit şi acționezi diferit! Aceeaşi situație, pentru tine poate fi una uşor rezolvabilă, iar pentru ceilalți greu de ajuns la un acord! Nu poți lua de bun ce spun alții, până în momentul în care tu eşti în acea postură şi chiar şi atunci, o vezi diferit!

(Nota redacției: Mă întristează faptul că o asemenea rubrică deosebită tinde iarăşi să dispară din cauza neimplicării voastre, a celor ce citiți această revistă. Mirarea mea rămâne: oare din cei peste 3.000 de primitori ai revistei, nu se mai găsesc câțiva care să trimită gânduri – proprii sau citite – care să transmită un mesaj de încredere, speranță, optimism… Eu continui să cred că da. Aştept!)

.....Să ne rugăm pentru..... .....Să ne rugăm pentru..... .....Să ne rugăm pentru.....

Încă de la începutul apariţiei revistei, am primit cu mare bucurie sugestia unora dintre voi de a exista o asemenea rubrică în cadrul revistei noastre şi cu mare bucurie consemnez alte cereri de a ne ruga împreună pentru ceva sau pentru cineva anume.

Ştiu că este greu şi unora dintre noi chiar poate să li se pară ciudat sau chiar să-i deranjeze o asemenea rubrică (aşa aş fi simţit şi gândit eu în urmă cu câţiva ani), însă avem un Dumnezeu atât de minunat şi de dornic de a ne răspunde la rugăciune (atâţia dintre noi am experimentat în trecut lucrul acesta!), încât ar fi o lipsă de înţelepciune de a nu asculta de îndemnul Său de a ne ruga unii pentru alţii.

În plus, aceasta arată nu numai că avem încredere în El, ci şi că simţim unul cu celălalt, că ne pasă.

Ma rog şi cer să ne rugăm cu toţii pentru sora noastra de suferinţă, Laura!

Mă rog şi pentru sănătatea mea care de ani buni nu imi mai dă pace şi pentru bunul mers în familie în a ne descurca fără sprijinul mamei mele.

Ady Marin

Să ne rugăm pentru sora noastră Mirela Voican. Deşi au trecut 6 luni de la operaţie starea ei de sănătate se agravează şi fizic si psihic, este foarte descurajată.

Emilia

Mulţumesc tuturor celor care s-au rugat pentru tatăl meu. Mulţumim bunului Dumnezeu! Sunt sigur că analizele vor ieşi bine şi de data aceasta.

De vreo şapte ani am escare la şezut, şi nu se vindecă. Rog să mă susţineţi în rugăciune!

Să continuăm să ne rugăm ca Bunul Dumnezeu să continue să lucreze la inima oamenilor, astfel ca revista să apară şi în viitor.

Aurel

(Oare din 3.000 de primitori ai revistei, doar... atât de puţini conştientizăm importanţa şi necesitatea rugăciunii? Doar... atât de puţini înţelegem şi credem că atunci când mai mulţi se roagă, Dumnezeu lucrează? (Mat. 18:19)

„dacă poporul Meu, peste care este chemat Numele Meu, se va smeri, se va ruga şi va căuta Faţa Mea, şi se va abate de la căile lui rele, îl voi asculta din ceruri, îi voi ierta păcatul şi-i voi tămădui ţara.”
(2 Cronici 7:14)

.....Anunţuri de la cititori..... .....Anunţuri de la cititori..... .....Anunţuri de la cititori.....

Monica

Se caută formator persoana cu dizabilităţi cu studii superioare sau minim cu bacalaureat profil informatica pentru a susţine cursuri online de competente digitale, cursuri cu o durata de 40 ore. Pentru informaţii sunaţi la tel 0763-361282

Dragotă Ionuţ Cosmin

Tânăr, doresc să mă ajute persoane cu haine, încălţăminte şi bani pentru a-mi face şi eu pensia specială de 1.000 RON sau pensia de invaliditate. Pot fi apelat la 0745-898368 WhatsApp) şi 0735-773977. Sunt disponibil non-stop. Nu răspund la număr privat!

Miruna Trandafir

Vând cărucior electric preţ 2.000 lei, negociabil. Zona apropiată Huşi. Nr tel 0738-296172

Ioan

Mă numesc Grec Ioan Adrian şi am 57 de ani. În urmă cu patru ani am avut un accident de muncă în urma căruia mi s-au amputat ambele picioare. Dată fiind situaţia mea actuală am nevoie de o femeie care să mă ajute în cele ale casei. Poate să locuiască la mine şi o pot angaja ca asistent personal cu carte de muncă. Nu fumez, nu beau şi am casă la ţară. Locuiesc împreună cu mama mea în vârstă de 78 de ani. Pentru mai multe amănunte pot fi sunat la numărul 0767-346999.

Dincă Cristi Costel – Rădoieşti (Teleorman)

Tată bolnav grav, cu 7 copii mici, risc să-mi pierd casa dacă nu achit 7.000 lei la bancă. Vă rog în numele lui Iisus să ne ajutaţi. Suntem o familie amărâtă. Tel. 0771-162831. Aşteptăm cu disperare ajutorul dumneavoastră!

Nota redacţiei: Responsabilitatea corectitudinii informaţiilor din anunţuri, aparţine în totalitate autorilor!

Certificatele de handicap pentru copiii cu afecțiuni grave, valabile până la 18 ani

av. DANA BORDEIANU

Părinții copiilor ce suferă de boli degenerative ori au alte probleme grave de sănătate vor scăpa de drumurile repetate în fața comisiilor care stabilesc încadrarea în grad de handicap grav, deoarece, în anumite situații, valabilitatea certificatelor de handicap se prelungește până la împlinirea vârstei majoratului. Măsura e cuprinsă într-o lege care e în vigoare din iulie 2021, dar care avea nevoie de norme de aplicare, ce au fost publicate, cu mare întârziere, azi în Monitorul oficial.

Deși Legea 185/2021 (ce a modificat Legea 448/2006) a intrat în vigoare pe 5 iulie 2021, noua regulă se aplică abia de-acum, după ce ordinul comun ce conține niște criterii speciale pentru implementarea sa, adică Ordinul 1.472/20.539/2022, a apărut azi în Monitorul oficial. Ordinul respectiv ar fi trebuit aprobat, de Ministerul Sănătății și de Ministerul Muncii, până pe 3 septembrie 2021.

Conform inițiatorilor, în ultimii ani **s-au adunat mai multe probleme legate de criteriile biopsihosociale de încadrare a copiilor cu dizabilități în grad de handicap**, la care s-a adăugat și schimbarea din Legea 185/2021, acesta fiind motivul pentru care a durat atât pentru a apariția ordinului (practic, vorbim de necesitatea mai multor schimbări).

Așa cum prevede legea apărută anul trecut, în cazul în care unui copil cu dizabilități îi sunt **eliberate succesiv două certificate** de încadrare în grad de handicap grav, fiecare dintre ele având termenul maxim de valabilitate permis de lege, adică doi ani, autoritățile îi vor elibera acestuia **un certificat valabil până la împlinirea vârstei de 18 ani.**

Astfel, părinții copiilor cu afecțiuni permanente, precum **boli degenerative, membre amputate sau autism**, nu mai sunt nevoiți de-acum să mai meargă în fața Comisiei pentru protecția copilului, în scopul emiterii unui nou certificat de încadrare în grad de handicap grav. Decizia comisiei de a emite un certificat de încadrare în grad de handicap grav valabil până în momentul în care copilul împlinește vârsta de 18 ani se bazează acum pe o serie de criterii biopsihosociale ce au fost incluse în ordinul comun de care aminteam mai sus.

„Prin excepție (...), în situația în care copilului cu dizabilități îi sunt eliberate, consecutiv, două certificate de încadrare în grad de handicap grav, fiecare având termenul de valabilitate de 2 ani, ulterior, Comisia pentru protecția copilului eliberează un certificat valabil până la vârsta de 18 ani, pe baza unor criterii biopsihosociale specifice, elaborate de Ministerul Sănătății împreună cu Ministerul Muncii și Protecției Sociale. În termen de 60 de zile de la data intrării în vigoare a prezentei legi se aprobă prin ordin comun al ministrului sănătății și al ministrului muncii și protecției sociale criteriile biopsihosociale (...)”, prevede legea.

Potrivit referatului de aprobare al ordinului care pune efectiv în aplicare noua regulă (și nu numai), **iată care sunt noutățile:**

- introducerea criteriilor biopsihosociale specifice care stau la baza eliberării unui certificat de încadrare în grad de handicap cu termen de valabilitate până la 18 ani, în continuarea a două certificate consecutive cu gradul de handicap grav cu durata de doi ani fiecare;
- monitorizarea copiilor pentru care s-a acordat certificat până la 18 ani prin aplicarea criteriilor biopsihosociale specifice.
- introducerea necesității consemnării gradului grav în certificatul de încadrare;
- stabilirea criteriilor determinante pentru stabilirea termenului de valabilitate al certificatului de încadrare în grad de handicap la copii;
- introducerea listei bolilor care fac improbabilă supraviețuirea până la vârsta de 18 ani și pentru care copilul necesită îngrijiri paliative pentru care se acordă certificat de încadrare în grad de handicap până la vârsta de 18 ani;
- clarificarea atribuțiilor ce revin medicului de specialitate curant, în situația în care copilul necesită îngrijiri paliative, și monitorizarea copiilor pentru care s-a acordat certificat până la 18 ani pe motiv de îngrijiri paliative;
- clarificarea definițiilor relațiilor intrafamiliale funcționale și a rețelei de sprijin pentru familie;
- introducerea de soluții legislative care să clarifice efectuarea consultului suplimentar medical și psihologic;
- introducerea activității de coordonare metodologică pentru aplicarea criteriilor medicale de către Ministerul Sănătății prin comisiile de specialitate și pentru aplicarea criteriilor psihosociale de către Autoritatea Națională pentru Protecția Drepturilor Copilului și Adopție.

În prezent, *Legea 448/2006 privind protecția și promovarea drepturilor persoanelor cu handicap* stabilește că “***termenul de valabilitate a certificatului de încadrare în grad de handicap pentru copii** se stabilește ținând cont de situația concretă a copilului din punct de vedere al deficiențelor/afectărilor, limitărilor de activitate și restricțiilor de participare și **este de minimum 6 luni și maximum 2 ani**”*. În plus, potrivit legii, pentru un tânăr care urmează să împlinească 18 ani, termenul de valabilitate poate fi mai mic de șase luni și mai mare de doi ani, dar nu mai mare de doi ani și șase luni.

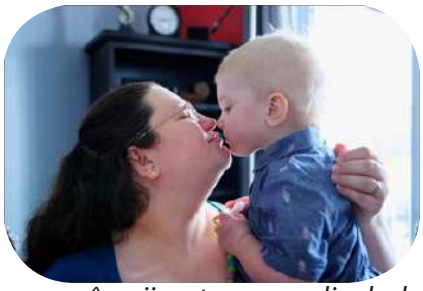
-sfârșit-

Sursa: www.avocatnet.ro

Vreau sa o salvez pe Lyana

-prima parte-

de Harold Gagne



Doctorul Andelfinger era pregătit să încerce imposibilul pentru a salva această fetiță, diagnisticată cu o boală cardiacă gravă și care nu avea decât 20% șanse de supraviețuire pentru a-și sărbători a doua aniversare.

Așezați pe niște scaune incorfontabile în micul local al clinicii de cardiologie a spitalului pentru copii, CHU Sainte-Justine, Lynn Menard și Joel Deslauriers așteptau pe doctorul Gregor Andelfinger. Au părăsit orășelul lor Jolyette într-o dimineață geroasă a lunii ianuarie 2017 pentru a-l întâlni pe cardiologul care o avea în observație pe fiica lor de două luni, cu mari probleme de sănătate.

Doctorul Andelfinger s-a prezentat câteva minute mai târziu, cu o față tristă, însoțit de un student la medicină care se ținea după el puțin mai în lateral. Timid s-a așezat la biroul său, a luat aer în piept și apoi a început conversația: "Lyana are doar 20% șanse să ajungă la vârsta de doi ani." Sindromul Noonan de care suferă va antrena grave probleme cardiace, din care cauză ea are puține șanse să supraviețuiască. "Singura posibilitate de a o salva este să-i facem o grefă, dar a găsi un donor atât de tânăr este practic imposibil", a adăugat doctorul.

Sindromul Noonan atinge cam un nou născut din 2000. În general, copiii diagnosticați cu acest sindrom au un nivel de supraviețuire și o calitate de viață apreciabilă, în ciuda defectelor cardiace congenitale. Dar în schimb Lyana suferă de cea mai gravă formă a bolii, o cardiomiopatie hipertrofică, care se manifestă în 20% din cazuri. "Pereții inimii se îngroașă peste măsură, le explică doctorul Andelfinger. La un nou-născut, pereții cardiaci sunt în general de 3,5-4,5 milimetri, în timp ce la Lyana ei sunt mai mult decât dublu." Acest sindrom care a fost descoperit în 1963 de către pediatrul și cardiologul american Jacqueline Anne Noonan, este însoțit de obicei de probleme oculare, dificultăți de hrănire și o deficiență intelectuală lejeră, ceea ce era din nefericire prevăzut pentru Lyana.

Lynn și Joel, astăzi în vârstă de 37 de ani, s-au prăbușit. Lui Joel, operator într-o uzină de fabricat cauciucuri din Lanaudiere, îi era foarte greu să accepte și să înțeleagă toate explicațiile date de doctor. "Creierul meu este bulversat.Nu știu ce să zic." Cardiologul le-a promis că o să-i vadă în curând, pentru a se asigura că fetița nu suferă. Cu inimile triste, cuplul s-a întors acasă la Joliette. Acolo, ei și-au anunțat cei patru copii pe care-i aveau că micuța lor surioară este foarte bolnavă, fără a le da toate detaliile pentru a nu-i speria. "Nu mai puteam să dorm, ne povestește Lynn, căreia nu-i venea să creadă că fetița ei era atât de fragilă și jucăușă în același timp. Îmi era foarte teamă că inimioara ei va înceta să bată în timpul nopții."

Sarcina lui Lynn a început bine. Însărcinată cu Lyana, mama casei s-a bucurat foarte tare. Însă în octombrie 2016, după a 32 săptămână de sarcină fără probleme, o ecografie de rutină realizată la Spitalul din Lanaudiere a îngrijorat pe medicul de familie, care le-a dat trimitere la spitalul CHU Sainte-Justine pentru a face investigații mai aprofundate. Trei săptămâni mai târziu, o altă radiografie a scos în evidență posibilitatea ca bebelușul era atins de sindromul Noonan. Dar acest diagnostic nu putea fi confirmat decât după nașterea sa, în urma unui test genetic.

În data de 21 noiembrie 2016, Lynn Menard a născut sub supraveghere medicală o mare bebeluș de peste 4,5 kilograme. În zilele următoare, starea ei de sănătate a rămas stabilă, dar precară. Două săptămâni au trecut înainte ca Lyana și părinții ei să obțină aprobarea de a se externa din spital, luînd cu ei doar medicamentele care o ajutau să-i mai reducă bătăile inimii și să o ajute să pompeze sânge în întregul corp.

"Îmi doresc tare mult să o salvez pe Lyana", nu se mai oprea să-și repete în gând doctorul Andelfinger. Așezat în modestul său birou de la CHU Sainte Justine, târziu în noapte, cardiologul își freca ochii îngreunați de oboseală și și-a replasat minusculii ochelari. Acest specialist care a pus pe picioare un laborator de cercetare pentru anomaliile cardiace la copii și care a văzut deja în cariera sa cinci copii murind de sindromul Noonan doar în ultimii zece ani, s-a simțit îngrozitor de neajutorat în timp ce le anunța trista veste părinților Lyanei.

El citise deja undeva că era o asemănare între genele unor tipuri de cancer și cele ale sindromului Moonan. În timpul nenumăratelor ore de cercetare prin literatura științifică, în același

continuare în pag. 17

continuare din pag. 16

timp el a remarcat efectele pozitive ale unui medicament, Trametinib, aprobat în 2013 de FDA în Statele Unite ale Americii, care prin acțiunea sa bloca proteina care antrena multiplicarea celulelor în 30% din cancerele la adulți. Iar în cazul Lyanei era vorba despre aceeași proteină care i-a cauzat boala. Trametinibul va avea oare același efect asupra bebelușului?

Entuziasmat de această descoperire, a telefonat a doua zi pe colega sa geneticiană, Marie-Ange Delrue. "Cred că ar fi bine să-i administrăm același tratament", s-a destăinuit ei doctorul Andelfinger, chiar dacă acest tratament nu a mai fost administrat până acum pentru acest diagnostic. "Da, a răspuns ea fără nici o ezitare, dar sunt și riscuri." Pentru majoritatea pacienților adulți bolnavi de cancer, au apărut multe efecte secundare serioase: diaree, erupții cutanate, probleme renale și vizuale, efecte toxice pentru inimă și sângerări pe gură.

Doctorul Andelfinger a mai consultat și pe prietenul său Bruce Gelb, cardiolog la spitalul Mont Sinai din New York, care l-a încurajat să continue procedurile și la rândul lui a contactat pe profesorul Martin Zenker de la Institutul de Genetică Umană de la Spitalul Universitar Magdeburg, din Germania. Unul dintre tinerii săi pacienți de aceeași vârstă cu Lyana suferea de asemenea de sindromul Noonan. "El nu s-a gândit să utilizeze Trametinibul, dar a fost de acord să o facă în același timp cu mine", a povestit doctorul Andelfinger. Înainte de a proceda, ei aveau obligația să obțină aprobarea comitetului de etică clinică din spitalul respectiv, care și-a dat imediat acordul de a utiliza tratamentul din compasiune pentru copil.

Apelul telefonic al doctorului Andelfinger i-a scos puțin pe părinții Lyanei din disperare și incertitudine, știind că zilele fetiței lor erau numărate. "Nu mai încetam să-i fac fotografii și să o filmez, spunându-mi că sunt probabil ultimele", ni s-a confesat Lynn. Ea era încă nesigură și nu știa dacă să se bucure sau să fie sceptică privind efectele tratamentului. "Pare imposibil, îi spune ea soțului. Ei ne-au spus deja că este imposibil să o salveze și că nu pot face nimic."

-va urma-

Sursa: Selection.ca – 04 - 2021
Trimis: ***TRAIAN FLOREA*** *- Canada*

.....Viața așa cum este..... .....Viața așa cum este..... .....Viața așa cum este.....

continuare din pag. 3

colective, atât pentru dizabili, cât și pentru ceilalți", mai spune Simona.

Simona consideră că „dacă ai exemple pozitive și motivante e mai ușor să te orientezi și să-ți dorești să evoluezi, oricum ai fi – tipic sau atipic".

Participarea la acest concurs i-a dat aripi pentru a-și depăși limitele, reușind să câștige premiul I.

„Sincer a fost o experiență extraordinară și plină de emoții. Competitorii mei au fost foarte buni, așa că am avut emoții până în ultima clipă. Sunt foarte bucuroasă că am participat la prima ediție și sper să fie cât mai multe. Este o mare provocare, dar merită să încerci", adaugă Simona.

Ea crede că gustul sau secretul care a făcut diferența la preparatul său îl reprezintă studiul și practica.

„Cred că în fiecare etapă a competiției a fost ceva care a făcut diferența. În prima etapă, au fost clătitele cu lemon curd și piureul cu fenicul. În semifinală au fost pastele cu broccoli înnobilate cu gorgonzola și uleiul de pătrunjel, iar în finală sosul olandez cu piper verde murat, preparat prin combinarea rețetelor studiate și exersarea preparării steak-ului de vită, după metode recomandate de mai mulți experți", mărturisește aceasta.

În prezent, Simona spune că se concentrează pe terminarea cu rezultate bune a sesiunii ce urmează și speră ca la vară să se întoarcă la proiectele ei de suflet – Lemon pie, lemonade and lemons si SimoSo handmade (rețete de săpunuri naturiste – hand-made).

„Curajul vă va ajuta să aveți mulțumirea de a merge pe drumul pe care vi-l doriți", transmite Simona.

Concursul Step Chef Atipic a fost organizat de Step-Hear România, Rampe Mobile și BILANCIA România și are ca demers incluziunea persoanelor atipice și promovarea dreptului la o viață normală pentru persoanele cu dizabilități. Partener principal al evenimentului a fost Nestlé România, iar parteneri strategici: Asociația Nevăzătorilor din România, Consiliul Național al Dizabilității din România și Grupul de Inovație și Expertiză Socială. Concurenții au fost jurizați de către: Chef Antonio Passarelli, Chef Mika Passarelli și somelierul Andrei Popa.

Premiile acordate câștigătorilor au fost în valoare de 4.600 de Euro..

-sfârșit-

https://jurnal-social.ro/simona-luci-dumitru-dizabilitatea-m-a-ajutat-sa-mi-descopar-abilitati-noi/
Preluat cu permisiune

Dat fiind termenul de trimitere a revistei la tipografie, scrisorile, sms-urile, e-mail-urile,... voastre trebuie să ajungă la mine până pe data de 28 a lunii de dinainte de luna de apariție a revistei. Nr. următor va fi în SEPTEMBRIE 2022!

Mulțumesc mult pentru înțelegere!

Doresc să corespondeze:

Mădălina

Mă numesc Pârșu Adina Mădălina și doresc să corespondez cu cât mai multe fete și băieți în mod amical. Nu am preferințe de religie. Doresc să discutăm pe diverse teme: religie, istorie, muzică, poezie etc. Pot fi contactată la nr de tel. 0767-581229.

Dragotă Ionuț Cosmin

Tânăr, 36 ani, blond, ochi albaștri, simpatic, 1,75 m, 70 kg. Nu am fost căsătorit niciodată. Aș dori să cunosc domnișoare (de vârstă apropiată) sau doamne divorțate (40-44 ani), pentru o relație serioasă, pentru prietenie / căsătorie. Să fie sinceră. Doresc să locuiască la mine (sunt din com. Cernişoara, jud. Vâlcea). Pot fi apelat la 0745-898368 WhatsApp) și 0735-773977. Sunt disponibil non-stop. Nu răspund la număr privat!

Anonimă

Am gr. 1, șatenă, ochi căprui cu nuanțe de verde, păr negru, 1,64 m, caut un băiat sărac, sufletist, de vârstă apropiată (mai mic cu 2 – 3 ani), gr. 2 sau 3, să locuiască în orice zonă a țării. Ofer și doresc seriozitate. 0747-772184. Nu răspund la apelurile cu număr ascuns. Rog a fi sunată între orele 13-22.

Ana Maria

Mă numesc Ana Maria, am 28 ani, am tetrapareză spastică și doresc să cunosc pe cineva pentru prietenie / căsătorie, cu diagnostic asemănător, de vârstă apropiată. Sunt din Constanța și doresc ca și băiatul să fie din județele apropiate. Nu sunt pretențioasă, dar ofer și aștept seriozitate! Mai multe despre mine pe Facebook Ana Maria (fotografia de la profil: stau pe o canapea si sunt îmbrăcată cu o bluză albă cu buline albastre și port o fustă albastră cu buline albe). 0764-082845

Paul

Tânăr, 44 de ani, cu o dizabilitate fizică, doresc să cunosc o fată sufletistă și credincioasă, cu vârsta cuprinsă între 30-45 ani, pentru o relație serioasă. Menționez că locuiesc în Iași și pot fi sunat la tel. 0747-040411

Liviu Tudoroiu

Bună! Sunt Liviu Tudoroiu din LIPĂNEȘTI / PRAHOVA am 51 ani, Hemipareză stângă spastică din accident rutier din 1983, sincer, sufletist, serios, port ochelari de vedere, sunt văduv, fără obligații și vicii, caut pentru conviețuire fericită o drăguță, 40-51 ani, cu dizabilitate fizică mică, gr 2. Tel. 0721-166554

Iulian – Dâmbovița

28 ani, caut o fată cu un ușor handicap vizual, gr. 2 sau 3, să aibă școală, să fie harnică, cu vârsta până în 30-31 ani. Tel. 0764-468996.

Marius

Bună, mă numesc Marius, am 43 de ani, sunt din Prahova, am o dizabilitate fizică din naștere și doresc o comunicare sinceră și ceva mai mult cu o fată sufletistă, din județele învecinate. Mă puteți găsi la tel. 0720-645724 WhatsApp

Gheorghe

Mă numesc Gheorghe, am 45 ani, vreau să cunosc o fată de vârstă apropiată, cu vârsta 40 – 47 ani. Am două pensii și doresc să aibă și ea un venit propriu. Să fie serioasă. Să fie ortodoxă. Poate să aibă și un copil. Pentru prietenie / căsătorie. Tel. 0729-360845.

Nelu

Mă numesc Nelu, am 45 de ani. Am gr. 2. Vreau să îmi găsesc jumătatea, să fie serioasă, cum sunt și eu. Pentru prietenie / căsătorie. Să aibă între 40-47 ani. Pot fi sunat la 0770-718406.

Valentina

Doamnă, 56 de ani, cu probleme de vedere, vizibile, dar încadrată în gr. 2, doresc să cunosc un domn, serios, cu credință în Dumnezeu, care să se mute, să locuiască la mine, la București, pentru întreaga viață. nu răspund la numere private. Tel. 0754-634567.

Adventist

Adventist singur, caut adventistă pensionară, singură. 0771-423876.

Alin

Mă numesc Giuvelea Alin, sunt din Pucioasa, jud. Dâmbovița, am 39 de ani, caut o fată credincioasă, adventistă sau de altă religie, să fie sinceră și să iubească Cuvântul lui Dumnezeu, să Îl vestim împreună. Să fie din Târgoviște sau județul Dâmbovița. 0734-762637.

Ion

Mă numesc Căldăraru Ion, am 52 de ani, nevăzător gr. 1, doresc să cunosc o doamnă, cu vârsta între 50 și 54 ani, cu handicap gr. 2 sau 3, ortodoxă sau penticostală, fără vicii. Poate să aibă și copil. Nu răspund la bip, sms sau numere ascunse. Răspund de luni până sâmbătă, între orele 9 – 23. Tel. 0728-586837și 0763-950877.

Marian

Mă numesc Joițoiu Marian, am 34 de ani, am probleme de vedere şi doresc să comunic cu fete serioase, de vârstă apropiată, pentru prietenie, eventual și căsătorie. Tel. 0785-710466. Facebook: https://www.fa- cebook.com/mariannelu.joitoiu

Zaharia Petruț

Mă numesc Zaharia Petruț, am 51 de ani și doresc să cunosc o fată pentru prietenie / căsătorie. 0755- 871769.

Ilie

Bună! Mă numesc Ilie, sunt din Alexandria, am 35 ani, 70 kg, 1,65 m, brunet, creștin adventist, îmi place să mă plimb, să călătoresc, să gătesc, etc. Doresc să cunosc o fată pentru prietenie/căsătorie, cu vârsta cuprinsă între 25 şi 40 ani, fără vicii şi fără obligații. Tel. 0770-761304

David Florin Dănuț

Mă numesc David Florin Dănuț și aș vrea să cunosc și eu o fată pentru prietenie. Am Parkinson, am 39 de ani și sunt din Târgoviște. Tel. 0734-313142

Nota redacției: Responsabilitatea corectitudinii informațiilor din anunțuri, aparține în totalitate autorilor!

P.S. Pentru cei/cele care aleg să sune, rog ca limbajul și modul de exprimare să fie unul caracterizat de respect și bun simț. Îndemn să sune numai cei/cele care au gânduri și planuri serioase în ceea ce privește începerea unei relații. De asemenea, dacă persoana contactată refuză să mai continue, respectați-i dorința, nu o/îl sâcâiți, sunând continuu!!!

Mai bun ca orice... bun!

GEORGE UBA - vicepreşedinte
Asociaţia „Ridică-te şi umblă”

Am un aliat în proiectele noastre de bine: Alfred, nepotul meu. Când spun: „Echipaj, pregăteşte-te de plecare! Mergem să dăm alimente celor care ne aşteaptă la asociaţia din strada Tabacului nr. 85!” Sau „mergem să încărcăm alimente de la Sanovita!” El sare din joaca lui şi se îmbarcă cu mine în maşină şi plecăm în acţiune. La cei şapte ani împliniţi a prins gustul... dăruirii. A alergat aproape un kilometru în proiectul „taxi pentru persoane cu dizabilităţi Sibiu” aducând câteva mii de lei pentru achiziţia unei maşini accesibilizate, prin susţinerea celor care l-au văzut înscris la maraton. Peste câteva săptămâni va veni şi maşina cumpărată cu o parte din efortul lui.

Ce poate fi mai bun decât orice bun material de pe pământ? În articolele din numerele precedente am vorbit despre ce e mai rău ca moartea. Şi am ajuns la concluzia că lipsa de sens e otrava cea mai tare pentru suflet. Dar cel mai bun ca orice bun rămâne dăruirea din dragoste. Ea deschide uşile prieteniei, care au fost înţepenite. Ea deschide ochii la nevoile neîmplinite şi nerostite. Ea urcă în viaţa celor singuri şi nefericiţi aducându-le relaţii împlinite. Ea, dăruirea, din inimă, udă sufletul celui nebăgat în seamă şi îi încarcă viaţa cu bucuria unei părtăşii luminoase. Dăruirea de valoare nu doar transferă lucruri, ci ne transferă şi pe noi în viaţa celuilalt, devenind parteneri de drum. „Cine dă, lui îşi dă!” spune proverbul. Pentru că, dăruind, scapi de egoism, de răutate, de invidie, de mândrie. Numai dacă dăruirea este ruptă din dăruirea Cerului. Doar aşa putem să fim autentici şi izvoare de har din Marele Har.

„Echipaj, pregăteşte-te să dăruieşti, dăruindu-te celor din jurul tău!” Altfel, aveţi de-a face cu nepotul meu, Alfred!

-va urma-

Editorial..... Editorial..... Editorial..... Editorial..... Editorial.....

continuare din pag. 2

bilitate, iar Guvernul şi măsurile sale de protecţie socială nu le garantează în totalitate drepturile, deşi România a ratificat Convenţia pentru drepturile persoanelor cu dizabilităţi (…) Sunt trei zile dedicate integrării şi respectării drepturilor persoanelor cu dizabilităţi din toată lumea. Parlamentul European este membru al Comitetului care monitorizează implementarea Convenţiei privind drepturile persoanelor cu dizabilităţi şi, de aceea, este important să fim prezenţi şi să avem soluţii pentru integrarea şi protecţia dizabilităţilor în toată Uniunea Europeană. Instituţiile europene trebuie să se asigure că implementarea măsurilor Convenţiei se face cum trebuie şi că drepturile oamenilor sunt respectate aşa cum se cuvine”, a declarat Dragoş Pâslaru.

El consideră că *„problemele persoanelor cu dizabilităţi trebuie tratate holistic, integrat, orizontal şi nu parcate într-o agenţie sau birou izolat într-un anumit minister”*. Dragoş Pâslarul adaugă că *„ele trebuie să fie asumate la nivelul comunităţii, în parteneriat cu societatea civilă şi nu pe bază de milă sau din raţiuni caritabile, ci cu recunoaşterea valorii reale pe care o au persoanele cu dizabilităţi”*.

-sfârşit-

SURSA: https://jurnal-social.ro/cea-de-a-cincisprezecea-sesiune-a-conferintei-statelor-parti-la-conventia-privind-drepturile-persoanelor-cu-dizabilitati/
Preluat cu permisiune

SPONSOR: A.S.I. ROMANIA
CONTACT: Str. Mureşului, nr. 1, loc. Nazna, jud. Mureş, cod 547526 tel. 0265-320548;
www.asiromania.ro

Asociaţia “HandHope”
Burcea Aurel, str. Bălţăreţu nr. 565, loc. Peretu, jud. Teleorman, cod 147240,
Tel. 0765-365533 e-mail: aurelsda@yahoo.com
C.I.F. 14877902
Cod IBAN: RO80RNCB0245036735870001 B.C.R. Alexandria
ISSN 2360 - 6061 ISSN-L 2360 - 6061

Tipărită la Tipografia „Gîgîlice”, tel. 0247-313041 şi 0748-137997

„...fără Dumnezeu
şi fără nemurire
nu există adevăr”
Petre Țuțea

DE CE?

De ce Doamne nu ne gândim la Tine
Când pasul nostru calcă pe pământ?
De ce noi mergem Doamne-n rătăcire
Și ne-ndreptăm cu grabă spre mormânt?

De ce suntem atât de proști, pasivi
Și n-alergăm la Tine-n binecuvântare
Ci doar atunci când el, necazul a sosit
Privim și Te strigăm cu disperare?

De ce cât sănătatea este-n acest trup
N-o prețuim și mergem doar în lume?
De ce la Tine, Doamne noi venim
Pe patul suferinței în tăcere?

De ce suntem atât de răzvrătiți
Și n-ascultăm de Tine când ni-e bine
De suferință și durere când suntem loviți
Atunci strigăm cu disperare către Tine?

De ce nu ne trezim și dormităm într-una
Și-n greu păcat ne afundăm mereu?
De ce nu auzim noi glasu-Ți cum ne cheamă?
De ce?, mă-ntreb și-o să mă-ntreb mereu!

Emilia Dinescu
Valea Stânii - Argeș

„Dacă toţi fac răul, tu fă binele.
Dacă toţi sunt mincinoşi, tu spune adevărul.
Dacă toţi sunt corupţi, tu fii cinstit.
Fii tu schimbarea
pe care vrei să o vezi în ceilalţi.”

ÎMPREUNĂ